



СОГЛАСОВАНО

Заведующий МАДОУ №111 "Дашенька"

Зиннатуллина Л.С.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
я 6 День
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
День 6						
ЗАВТРАК	Каша жидкая манная	200	4,10	4,58	20,80	140,54
	Бутерброды с маслом	45	3,44	4,38	23,22	146,2
	конфета	15	0,21	1,23	10,41	53,85
	Чай без сахара	200	0,04	0,00	0,00	0,28
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		460	7,79	10,19	54,43	340,87
ЗАВТРАК 2	фрукты	100	1,50	0,50	21,00	96
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	1,50	0,50	21,00	96
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	200	6,60	8,32	15,32	163,68
	Биточки мясные	70	7,06	4,90	7,70	103,1
	Гречка рассыпчатая с маслом	130	5,03	3,65	22,54	143,4
	Соус томатный	30	0,58	1,87	3,36	33,05
	Компот из с/ф	200	0,04	0,00	16,72	63,52
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,8
	зеленый горошек консервированный	40	11,50	0,60	26,65	151,35
ИТОГО ЗА ОБЕД		720	34,76	19,84	116,44	764,9
ПОЛДНИК	Молоко	100	2,90	3,20	4,70	60
	печенье	30	2,25	3,54	22,47	125,13
	Чай без сахара	200	0,04	0,00	0,00	0,28
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	5,19	6,74	27,17	185,41
УЖИН	Пирожок печенный с (начинкой)	100	7,48	7,17	49,04	293,87
	Чай с сахаром	180	0,05	0,00	9,00	34,63
ИТОГО ЗА УЖИН		280	7,53	7,17	58,04	328,5
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1890	56,77	44,44	277,08	1715,68
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1890	56,77	44,44	277,08	1715,68
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1890	56,77	44,44	277,08	1715,68